

## සඳහම් පණිවුඩය සිරිලක් දෙරණට ලැබුණු පොසොන් දිනය

සම්බුදු දහම ලොවට ඇති උතුම් ම රත්නයකි, රැකවරණයකි (...ධම්මසරණා න ආඤ්ඤාසරණා). සත්ත්වයන්ගේ සන්තානගත දුක දුරුකොට මානසික රෝග නිවාරණයට ශ්‍රී සද්ධර්මය හා සමාන ඖෂධයක් නොමැත (ධම්මෝසධ සමං නන්ථී). එය පානය කොට දුකින් නිදහස් වීමට බුද්ධිමත් මනුෂ්‍යයන්ට මේ උතුම් ම කාලයයි (එනං ජීවථ භික්ඛවො). ධර්මය හැර අන් මවක හෝ පියකු නොමැත (ධම්මං චිනා නන්ථී ජිනා ච මානා). එම උතුම් ක්ෂණ සම්පත්තිය අහිමි කර නොගන්නට අප විසින් වහ වහා ම ක්‍රියා කළ යුතුව ඇත (බණො වෙ මා උපච්චගා). සම්බුදු දහම ලක්දිවට සැපත්වීම හා එය ලක්දිව තුළ මුල්බැස ගැනීම සිහිකරන දිනය පොසොන් පොහෝ දිනයයි.

මෙයින් වසර 2327කට පෙර අද වත් දිනෙක මිහිදු මහ රහතන් වහන්සේ සඳහම් පණිවුඩය රැගෙන ලක්දිවට වැඩම කළහ. සම්බුද්ධ පරිනිර්වාණයෙන් වසර 236කට පමණ පසුව සිදුකළ තුන්වන ධර්ම සංගායනාවෙහි ප්‍රතිඵලයක් වශයෙන් ධර්මාශෝක රජුගේ පුත් අනුබුදු මිහිදු මාහිමිපාණෝ ලක්දිවට පැමිණ සම්බුදු සසුන ස්ථාවර පදනමක් සහිතව පිහිටවාලූහ. එම අමිල මෙහෙවරෙහි ප්‍රතිඵල වශයෙන් අද දෙවියන් සහිත ලෝකයාට බුදුරජාණන් වහන්සේගේ නිර්මල ධර්මය සුරක්ෂිත වී තිබේ. මෙහිලා ශ්‍රී ලාංකික භික්ෂූන් වහන්සේලා ප්‍රමුඛ කාර්ය භාරයක් ඉටු කළහ.

ඔබ අප අසන පිළිපදින දහම ලොව පවතින්නේ සිද්ධාර්ථ බෝසතාණන් වහන්සේ සාරාසංඛ්‍යා කල්ප ලක්ෂයක කාලයක් මුළුල්ලේ කරන ලද අපමණ පරිත්‍යාගශීලීත්වයක ප්‍රතිඵල වශයෙනි. බුදුරජාණන් වහන්සේගේ හැම සඳහම් පදයක ම උන්වහන්සේ උත්කාෂ්ට වශයෙන් පරිත්‍යාග කරන ලද ඇස්, හිස්, මස්, ලේ, දහදිය මුසු වී පවතී. ඒ අතර අවසන් භවයෙහි බුදුරජාණන් වහන්සේ සිදු කළ වසර 45ක මහගු සේවය ද ඊට එක් වේ. මීට වසර 2560කට පමණ පෙර සම්බුදු රජාණන් වහන්සේ අනුපදිසේස නිර්වාණ ධාතුවෙන් පිරිනිවන් පෑමෙන් පසුව මෙම උත්තරීතර දර්ශනය නොනැසී පරපුරෙන් පරපුරට දයාද කිරීමේ වගකීම ඉතා උසස් අයුරින් තම වගකීම කොට සලකා ඉටු කරන ලද්දේ මහසග රුවන විසිනි. භාග්‍යවතුන් වහන්සේ පිරිනිවන් පා තෙවසකට පසුව රැස් වූ පන්සියයක් පමණ මහරහතන් වහන්සේලා මහාකාශ්‍යප මහරහතන් වහන්සේගේ අනුශාසකත්වයෙන් අජාසත් රජුගේ පූර්ණ දයකත්වය හා අනුග්‍රහ ඇතිව ආනන්ද මාහිමියන්ගේ හා උපාලි මාහිමියන්ගේ ධර්ම විනය මූලිකත්වයෙන් ධර්ම විනය සප්ඤ්ඤා කොට අසුභාර දහසක් ධර්මස්කන්ධය ඒ ඒ රහතන් වහන්සේලාට හා උන්වහන්සේලාගේ ශිෂ්‍යානුශිෂ්‍යන්ට වෙත පවරා භාණක ක්‍රමයකට රැගෙන යාමේ වගකීම ඉටු කළහ. එතැන් පටන් තවත් වසර 100ක් ගත වූ තැන යළිත් වතාවත් මහරහතන් වහන්සේලා 750 නමකගේ සහභාගීත්වයෙන් දෙවන වරට ද ධර්ම විනය සංගායනා කොට සම්බුදු සසුන තවදුරටත් සුරක්ෂිත කළහ. සම්බුද්ධ පරිනිර්වාණයෙන් වසර 236ක් ගත වූ තැන්හි තෙවන වතාවට ද මහරහතන් වහන්සේලා 1000 නමක් රැස්ව මොග්ගලීපුත්ත තිස්ස මහරහතන් වහන්සේගේ මූලිකත්වය ධර්ම - විනය සංගායනා කොට වසර 5000ක් යනතුරු නොනැසෙන පරිදි සම්බුදු සසුන වඩාත් ශක්තිමත් කළහ. මෙහි දී සිදු වූ විශේෂ සිද්ධියක් නම් සංගායනාවෙන් පසුව ඉන්දියාවේ ප්‍රදේශ කිහිපයකටත් ඉන් බැහැර තවත් ස්ථාන කිහිපයකටත් වශයෙන් ප්‍රදේශ නවයකට ධර්ම දූතයන් වහන්සේලා පිටත් කර යැවීමයි. මෙලෙස ධර්ම දූතයන් වහන්සේලා යැවූ ප්‍රදේශ සඳහා තෝරා ගනු ලැබූ ධර්ම දූතයන් වහන්සේලා අතර තම්බපණ්ණී නමින් එකල ප්‍රචලිතව පැවැති ලක්දිවට යැවීම සඳහා තෝරා ගනු ලැබුවේ එවකට මහා අධිරාජ්‍යයක් ගොඩනගා ගෙන සිටි තෙවන ධර්ම සංගායනාව සඳහා මූලික දයකත්වය දක්වූ අශෝක රජතුමාගේ පුත්‍රයා වූ මහින්ද (මිහිදු) මහරහතන් වහන්සේ වීම මෙහි සුවිශේෂී වැදගත්කමක් උසුලයි. එවකට ලක්දිව රජකළ දේවානම්පියතිස්ස හා අශෝක රජතුමා අතර පැවැති සමීප සබඳතාව මීට හේතු වන්නට ඇත.

මිහිදු මාහිමියන් වහන්සේ ලක්දිවට පැමිණීමට ප්‍රථම උන් වහන්සේ ධර්මදූත සේවය සඳහා මූලික සුදුසුකම් හා සුදනම් වීම් සිදු කොට ඉතා උචිත මොහොතෙහි මෙහි පැමිණීම උන් වහන්සේ දුරදර්ශී භාවය ප්‍රකට කරන්නකි. තෙවන ධර්ම සංගායනාවෙන් පසුව ලක්දිවට වැඩමවීමට මිහිදු මාහිමියන්ට

ඇරයුම් ලැබෙන විට ලක්දිව රජකරනු ලැබුවේ මුටසිව රජු විසිනි. එතුමා බෙහෙවින් වියපත් ව සිටි බැවින් ඉන්පසු ශක්තිමත් රජකු බලයට පත්වන තුරු මිහිදු මාහිමියන් මාස කිහිපයක් ඉන්දියාවෙහි වැඩ සිටියහ. ඒ අතර තම මව වාසය කළ වේදිසාවට වැඩම කොට ඇයගේ සත්කාර ලබමින් ඇයට ද ධර්ම දේශනා කරමින් ලක්දිවට පැමිණ සිදු කරන මෙහෙවර සඳහා සුදනම් වෙමින් කල් ගෙවූහ. ඒ අතර ලක්දිවට වැඩමවන සෙසු පිරිස සුදනම් කරවීම, ලක්දිව එකල පැවැති භාෂාව ප්‍රගුණ කිරීම සමස්ත ත්‍රිපිටකය ම කටපාඩම් කිරීම, ත්‍රිපිටකයට අදාළ සෙසු අටුවා සම්ප්‍රදය ද උද්ග්‍රහණය කිරීම, ලක්දිවට වැඩම කළ පසුව සිදු කරන ධර්ම දේශනා මාතෘකා සඳහා සුදනම් වීම ආදී සියලු පූර්ව කෘත්‍ය සම්පූර්ණ කළහ. ධර්ම දූතයන් වහන්සේලා පිටත් කර යැවූ සෙසු ප්‍රදේශ අතර ලක්දිව එය වඩාත් සුරක්ෂිත වූයේත් සෙසු ප්‍රදේශවල බුදුසසුන පිරිහෙන සමයන්හි ලක්දිවට එම ප්‍රදේශවලට බුදුසසුන යළිත් රැගෙන යාමට හැකි වූයේත් මිහිදු මාහිමියන් වහන්සේගේ මෙම දූරදර්ශී ප්‍රඥාගෝචර ක්‍රියාවලියෙහි ප්‍රතිඵල වශයෙනි.

මුටසිව රජුගේ අවැමෙන් ඔහු පුත් දේවානම්පියතිස්ස රාජ්‍යත්වයට පත්වීමෙන් පසුව සුදුසු අවස්ථාව පැමිණි කල්හි මිහිදු මාහිමියන් වහන්සේ ලක්දිවට වැඩම කිරීමට තීරණය කළහ. උන් වහන්සේ සමග ඉන්තිය, උත්තිය, හද්දිය, සම්භල යන උපසපත් හික්ෂුන් වහන්සේලා ද සුමන සාමණේරයන් (සංසමිත්තා මෙහෙණියගේ පුත්‍රා) වහන්සේ ද හණ්ඩුක නම් උපාසකයා ද වශයෙන් හත්දෙනෙක් මෙම පිරිසට ඇතුළත් වූහ. මෙලෙස පිරිස තෝරාගනු ලැබුවේ මෙම භාරදූර කාර්යයට ඉතා උචිත වන අයුරිනි. ඒ අනුව උපසපත් පස්නමක් ඇතුළත් කරගනු ලැබුවේ ලක්දිවෙහි දී උපසම්පද විනය කර්ම සිදු කොට බුදුසසුන මැනවින් මුල්බැස්වීමට සඳහායි. සාමණේර නමක තෝරාගනු ලැබුවේ ලක්දිවෙහි දී සාමණේර නමක උපසපත් කරවීමේ පූර්වාදර්ශය ලබාදීම සඳහායි. ගිහි උපාසකයකු තෝරාගනු ලැබුවේ උපාසකයකුගේ කාර්යභාරය ආදර්ශයෙන් ලක්දිව වැසියන්ට පෙන්වීමට හා ඔහු පැවිදි කරවන ආකාරයක දැකීමට සැලැස්වීමටයි. මෙලෙස ඉතා විධිමත් ව හා අර්ථවත් ව මුල පටන් ම ක්‍රියා කිරීම මිහිදු මාහිමියන් වහන්සේගේ ධර්ම දූත මෙහෙවරෙහි කැපී පෙනෙන අංගයක් විය.

බුද්ධ වර්ෂ 236 (ක්‍රිස්තු පූර්ව තුන්වන සියවසේ) දී සපිරිවරින් ලක්දිවට වැඩම කළ මිහිදු මහ රහතන් වහන්සේ අනුරපුර අගනගරයට සැ.8ක් දුරින් පිහිටි අම්බස්ඵලයේ (මිහින්තලයේ) දී දේවානම්පියතිස්ස රජු හමු වී දූත හැදින්ගෙන රජුට ධර්ම දේශනා කළහ. මීට කලින් ධර්මාශෝක රජු ධර්මදූතයන් වහන්සේලා එවන බවට ලිපියක් එවා තිබූ බැවින් දේවානම්පියතිස්ස රජුට මිහිදු මාහිමියන් හඳුනා ගැනීම අපහසු නොවීය. ධර්මදේශනයට ප්‍රථම රජුගේ බුද්ධිය පරීක්ෂා කිරීමට විමසු අඹ පැනය හා ඤාති පැනය මගින් රජතුමා බුද්ධිමත් කෙනෙක් බවත් ඔහුට ධර්මය තේරුම් ගත හැකි බවත් මිහිදු මාහිමියන්ට වැටහුණි. ඒ අනුව රජුට ප්‍රථමයෙන් දේශනා කරන ලද්දේ චූල්ලභත්ථිපදෝපම සූත්‍රයයි. බුද්ධ, ධම්ම, සංඝ යන තෙරුවන හැදින් ගෙන ශ්‍රද්ධා ප්‍රතිලාභය තුළින් අර්හත්වය දක්වා ධර්මයෙන් ප්‍රතිඵල නෙළා ගන්නා අයුරු ක්‍රමානුකූලව මෙම සූත්‍රයෙන් පැහැදිලි කෙරේ. ධර්මදේශනය අවසානයෙහි රජතුමා සපිරිවරින් බුදුදහම වැළඳ ගත්තේ ය. එදින රාත්‍රියෙහි මිහින්තලාවෙහි ම වැඩසිටි මිහිදු මාහිමියන් ඇතුළු පිරිස පසුද අනුරපුරයට වැඩම කොට රජගෙදර පිරිසට විමානවස්ථු - ජේතවස්ථු කථා පාදක කර ගනිමින් කම්මස්කතා සම්මාදිට්ඨිය දියුණු වන අයුරින් ධර්ම දේශනා කළහ. ඉන්පසු සංයුත්ත නිකායේ සවිච සංයුත්තය, බාලපණ්ඩිත සූත්‍රය, දේවදූත සූත්‍රය ආදී මාතෘකා යටතේ ධර්මදේශනා කරමින් රජු ඇතුළු පිරිසට කර්මය, සසර, චතුරාර්ය සත්‍යය, පටිච්චසමුප්පාදය, විමුක්තිය ආදී තේමා යටතේ ක්‍රමයෙන් ගැඹුරට ධර්ම දේශනා පැවැත්වූහ.

ධර්ම ශ්‍රවණයෙන් පැහැදීමට පත් රජතුමා මිහිදු මාහිමියන් ඇතුළු පිරිසට පහසුවෙන් වැඩ සිටීම සඳහා මහමෙවුනා උයන අතපැන් වත්කොට සගසතු කොට පූජා කළේ ය. මෙය ලක්දිව ප්‍රථම සගසතු පූජාව වූ අතර පසුකාලීනව ලාංකේය ථෙරවාදී සම්ප්‍රදයෙහි කේන්ද්‍රස්ථානය වූ මහාවිහාරය ඉදිවූයේ ද මෙම මහමෙවුනා උදනයෙහි ය. මිහිදු මාහිමියන් ඇතුළු පිරිස අනුරපුරයෙහි දින 26ක් ගත කොට නැවත මිහින්තලයට වැඩම කළ අතර එදින ම රජුගේ බැනණු කෙනෙකු වූ මහා අරිට්ඨ ඇමැතියා තවත් පනස්පස් දෙනෙකු සමඟ පැවිදි විය. මේ අනුව හික්ෂුන් වහන්සේලා සංඛ්‍යාව 62ක් දක්වා වර්ධනය වූ අතර ඒ සැමට වැඩ වෙසෙනු සඳහා මිහින්තලය ආශ්‍රිතව කණ්ටක වේනිය අවට ගල්ලෙන් පවිත්‍ර කොට හික්ෂුන්ට වැඩ සිටීමට අවශ්‍ය පහසුකම් සැලැස්වීය. අරිට්ඨ ඇමැතියා ඇතුළු පිරිස පැවිදි වූ පසු යුවරජුගේ බිසව වූ

අනුලා දේවිය ඇතුළු රාජකුමාරිකාවන් පැවිදි වීමට කැමැත්ත පළ කළ අතර ඒ සඳහා සංඝමිත්තා මෙහෙණිය වැඩමවීමට මිහිදු මාහිමියෝ කටයුතු සම්පාදනය කළහ. සංඝමිත්තා මෙහෙණිය වඩින තෙක් අනුලා දේවිය ඇතුළු කාන්තාවෝ දසසිල් සමාදන් ව නගරය පසෙක ඉදිකළ උපාසිකා ආරාමයෙහි වැඩ සිටියහ.

වස්කාලය නිමවීමෙන් පසු සර්වඥධාතු නිධන් කොට වෛත්‍යයක් ඉදිකරවීමේ අවශ්‍යතාව රජුට දන්වා සිටි අතර ඊට අවශ්‍ය ධාතුන් වහන්සේලා වැඩම කරවන ලද්දේ සුමන සාමණේරයන් වහන්සේ විසිනි. සුමන සාමණේරයන් වහන්සේ නැවත දඹදිවට වැඩම කොට තම මුත්තණුවන් වූ අශෝක රජු වෙතින් බුදුරදුන්ගේ දකුණු අකුධාතුව, පාත්‍රා ධාතුව ඇතුළු සර්වඥධාතු වැඩ කරවූහ. මෙම ධාතුන් වහන්සේලා ටික කලක් මිස්සක පර්වතයෙහි තැන්පත් කළ අතර එතැන් පටන් එම ස්ථානය වේතියගිරි (සැගිරි) නමින් ප්‍රකට විය. පසුව දකුණු අකුධාතුව තැන්පත් කොට ථූපාරාමය ඉදි කළ අතර එය ලක්දිව වාර්තාගත ප්‍රථම වෛත්‍යය වශයෙන් මහාවංසයෙහි දැක්වේ.

මිහිදු මාහිමියන් ලක්දිවට වැඩම කොට සමසකට පසු එනම් උදුවප් මස සංඝමිත්තා මෙහෙණිය ජය ශ්‍රී මහා බෝධීන් වහන්සේගේ ශාඛාවක් ද රැගෙන ලක්බිමට වැඩම කළහ. මේ සමඟ ජයශ්‍රී මහා බෝධියට උපස්ථාන කරනු වස් විවිධ කුලයන්ට අයත් පිරිස් ද සංඝමිත්තා මෙහෙණිය සමඟ පැමිණි අතර ඔවුන් නිසා මෙරට විවිධ කලාශිල්ප හා වෘත්තීන් ද බිහිවිය. ජයශ්‍රීමහා බෝධී රෝපණයත් සමඟ ලක්දිවට අර්ථවත් වන්දනා ක්‍රමයක් ද හඳුන්වා දෙන ලදී. ඒ සමඟ තෙරුවන කෙරෙහි ශ්‍රද්ධාව පදනම් කොටගත් මහාසංස්කෘතියක් ද නිර්මාණය විය. සංඝමිත්තා මෙහෙණියගේ වැඩමවීමෙන් හික්ෂුණි ශාසනය ස්ථාපිත වීමත් සමඟ හික්ෂු - හික්ෂුණි - උපාසක - උපාසිකා යන සිව්වනක් පිරිසෙන් සැදි බෞද්ධ සමාජයක් ලක්දිව නිර්මාණය විය. මිහිදු මාහිමියන්ගේ උදර ශාසනික මෙහෙවර නිසා සමස්ත ලාංකේය සමාජය ම ශ්‍රද්ධාවෙන් ඉපිල ගොස් තම ශාක්තිප්‍රමාණයෙන් සම්බුදු සසුනෙහි උන්නතිය වෙනුවෙන් ක්‍රියා කළහ. ලක්දිව පාලනය කළ රජවරු විටින් විට මුළු රාජ්‍යය ම සම්බුදු සසුනට පූජා කළ අතර එනිසා ලක්දිව 'බුදුන්ගේ දේශය', 'තෙරුවනට අයිති රට', 'ධර්මද්වීපය' ආදී අන්වර්ථයන්ගෙන් හැඳින්විණ. ඒ අතර වැව්, කුඹුරු, ඉඩකඩම් ආදී විවිධ දෑ සම්බුදු සසුනෙහි විරපැවැත්ම උදෙසා සැදුහැවත්හු සසුනට පූජා කරමින් සසුනට දිරි දුන්හ. රටේ සෑම තැන ම පාහේ වෙහෙර විහාර ඉදිකළ අතර සෑම ගමක ම අලංකාරවත් උස ම ස්ථානය විහාරස්ථානයට පූජා කරන්නට විය. 'ගමයි පන්සලයි - වැවයි දගැබැයි' යන සංකේතය මත පිහිටා ධාර්මික ජීවන පැවැත්මෙන් යුතු සැදුහැවත්, දැනුම් ජනසමාජයක් රට තුළ නිර්මාණය විය. විශේෂයෙන් ලක්දිව 'ධර්මද්වීපය' නමින් ලොව ප්‍රචලිත විය. ලක්දිව මව්පියෝ තමන්ට ලැබෙන දරුවකු ශාසනයට පූජා කිරීම තම පරම වගකීමක් - යුතුකමක් මෙන් ම උදර පුණ්‍ය කර්මයක් සේ සලකා ඉටු කළහ. මිහිදු මාහිමියන්ට අවශ්‍ය කළේ හුදෙක් දඹදිවින් පැමිණි පිරිසෙන් මෙරටට ධර්ම කිරීම පමණක් නොව ලක්දිව උපන් දරුවන් ලක්දෙරණෙහි ම පැවිදි උපසම්පද කරවා ඔවුන්ට ශාසනය භාරදීමයි. බුදුසසුන සැබෑ ලෙස ලක් දෙරණ මත මුල්බැස ගන්නේ එවිට බව උන් වහන්සේ අවධාරණය කළහ. ඒ අනුව සිය දහස් ගණනින් හික්ෂු පිරිස වර්ධනය වූ අතර ඇතැමෙක් දඹදිවින් පවා මෙරටට පැමිණ පැවිදි වූ අතර දඹදිව හික්ෂුහු ද ථේරවාදී බෞද්ධ කේන්ද්‍රස්ථානය සේ සලසා මෙරටට පැමිණ තම ආධ්‍යාත්මික දියුණුව වර්ධය කර ගත්හ. වයස අවුරුදු 32දී පමණ මෙරටට වැඩම කළ මිහිදු මාහිමියෝ නැවත දඹදිවට නොවැඩි අතර වයස 80දී උත්තිය රජ දවස පිරිනිවන් පානා තෙක් ම ලක්දිව වැඩ වෙසෙමින් උදර ශාසනික මෙහෙවරක් ඉටු කළහ. උන් වහන්සේගේ අමීල සේවාව හේතුවෙන් 'අනුබුදු' (දෙවන බුදුන්) යන අන්වර්ථ නාමයෙන් උන් වහන්සේට ඇමැතීමට ලක්වැසියෝ හුරු වූහ.

පසුකාලීනව දේවානම්පියතිස්ස රජුගේ මුණුබුරකු වූ දුටුගැමුණු රජු දමිළයන්ගෙන් රට මුදවා මුළු රට එක්සේසත් කොට මහා වෙහෙර විහාර නිර්මාණය කොට සම්බුදු සසුන ඒකාලෝක කළහ. රුවන්වැලි සෑය, මිරිසවැටිය, ලෝවාමහා ප්‍රාසාදය වැනි නිර්මාණ ථේරවාදී බෞද්ධ කේන්ද්‍රස්ථාන බවට පත්විය. මිහිදු මාහිමියන්ගෙන් පැවැරුණු සම්බුදු සසුන පිළිබඳ වගකීම ලක්දිව හික්ෂුන් වහන්සේ මහත් වගකීමෙන් යුතුව තම හදවතට ගෙන දිවි දෙවැනි කොට සම්බුදු සසුන රකිමින් තමන් ද ආධ්‍යාත්මික දියුණුව පසක් කර ගත්හ. අනුරපුර සමයෙහි සෘද්ධිමත් රහතුන් ලක්දිව අහසෙහි කෙතරම් සැරසැරුවේ ද යත් මිනිසුන්ට වී ටිකක් වේලා ගැනීමට පවා දුෂ්කර වූ බව ලාංකේය බෞද්ධ ඉතිහාසය සටහන් තබා ඇත. මෙබඳු

ආධ්‍යාත්මික පිබිදීමකින් යුතුව පැවැති ශ්‍රී ලංකාවෙන් ලෝකයට දයාද කළ වටිනා ම දෙය නම් ශ්‍රී සද්ධර්මයයි. වළගම්බා රජසමයෙහි 12 වසරක් පුරා පැවැති නියගය හේතුවෙන් හටගත් බැමිණිකියාසාය වැනි ඉතා ම දුෂ්කර කාල වකාවනුවල පවා ලාංකේය භික්ෂූන් වහන්සේලා ජීවිත පරිත්‍යාගයෙන් යුතුව ශ්‍රී සද්ධර්මය සුරක්ෂිත කළහ. බුද්ධචර්ෂ 440 දී ධර්මවිනය ග්‍රන්ථාරූඪ කොට එය නොනැසී වසර දහස් ගණනක් තවදුරටත් පවත්වා ගැනීමට හැකි වූයේ ලාංකේය භික්ෂූන් වහන්සේගේ කැපවීම, දුරදක්නා නුවණ, ශුද්ධාව හා ප්‍රඥාව හේතුවෙනි. එම භික්ෂූන් වහන්සේලා වසර දෙදහසකට අධික කාලයක් කරන ලද උදර මෙහෙවර මෙන් ම භාග්‍යවතුන් වහන්සේ සාරාසංඛ්‍යා කල්ප ලක්ෂයක් පුරා කළ අපමණ කැපවීම උදෙසා වර්තමානයේ සිටින අපට කළ හැකි උදර කර්තව්‍ය නම් එම දහම ශ්‍රවණය කොට සිත්හි දරා හැකි උපරිම අයුරින් මේ ජීවිත කාලයෙහි එහි ප්‍රතිඵල ලබා ගැනීමට ක්‍රියා කිරීමත් මෙම උදර දහම මතු පරපුරට දයාද කිරීම සඳහා කළ හැකි උපරිම දයකත්වය දැරීමත් ය. වත්මනෙහි ජීවත් වන ඔබ අප මේ සම්බුදු සසුනෙහි අවසාන පුද්ගලයා නොවන ලෙස බුදුරජාණන් වහන්සේ අපට අවවාද කළහ. එනම් ඔබගෙන් මගෙන් පසු මේ අගනා දහම වියැකී යන්නට වර්තමානයෙහි ජීවත් වන අප ඉඩ නොනැඹිය යුතු ය.

ලක්දිවෙන් සම්බුදු සසුනෙහි උන්නතිය වෙනුවෙන් සිදු වූ මෙහෙවර හේතුවෙන් ලාංකිකයන් නිර්මාණය කළ බෞද්ධ කොඩි ලොව සියලු බෞද්ධයන් විසින් ඒකමතික ව පිළිගෙන ඇත. ඒ අතර ප්‍රධාන බෞද්ධ උත්සවය සැමරීමට යොදා ගන්නා මැයි මස පුත් පොහෝ දිනය 'වෙසක්' නමින් සිංහල නාමය ලොව සැවොම ව්‍යවහාර කරති. මේ කරුණු දෙක ම උදෙසා ශ්‍රී ලංකාවට ප්‍රමුඛස්ථානය හිමි වී තිබීම ශ්‍රී ලාංකිකයන්ට මහත් අභිමානයකි.

වර්තමානයෙහි ශ්‍රී ලංකාවට අමතරව බුරුමය, තායිලන්තය, කාම්බෝජය, ලාඕසය, බංගලිදේශය, නේපාලය යන රටවල (මෙන් ම වියට්නාමයේ සුඵතරය) ථෙරවාදී මුල්බුදුසමය අනුගමනය කරන රටවල් ලෙස ප්‍රචලිත ය. මහායාන රටවල් ලෙස චීනය, ජපානය, කොරියාව, තායිවානය, වියට්නාමය, ටිබෙටය යන රටවල් හැදින්වේ. තවද ඇමෙරිකාව, ඕස්ට්‍රේලියාව, අප්‍රිකාව, යුරෝපය යන සෙසු මහාද්වීපයන්හි පසුගිය අඩසියවස තුළ වේගයෙන් ප්‍රචලිත වන ආගම බවට බුදුදහම පත් ව ඇත. විශේෂයෙන් බුදුදහමේ එන භාවනා ක්‍රම අත්හදා බැලීමටත් එය දෛනික ජීවිතයේ මානසික පීඩා දුරු කර ගැනීමේ නවීනම වෛද්‍ය ප්‍රතිකාර ක්‍රමයක් ලෙසත් මනෝ වෛද්‍යාවරුන් මනෝවිද්‍යා උපදේශකයන් තම පරීක්ෂණවල ප්‍රතිඵල මගින් නිර්දේශ කර තිබේ. හුදෙක් පරලොව සුගතිය හෝ විමුක්තිය සඳහා හෝ පමණක් නොව මෙලොව ජීවිතයේ අභිවෘද්ධිය සඳහා බොහෝ මැදහත් බුද්ධිමතුන් කිසිදු ආගමික හා ජාතික හේදයකින් තොරව බුදුදහමේ ඇතුළත් ඉගැන්වීම් තම ජීවිතයට සම්බන්ධ කර ගැනීමට පෙළඹී ඇත. ඒ අතර විශේෂයෙන් මානසික ආතතිය දුරු කිරීම සඳහා සතිමත්ඛව (Mindfulness) සහ මෙත්තා (Loving Kindness) භාවනාව අවධාරණය කර තිබෙනු දක්නට ලැබේ.

විශේෂයෙන් ථෙරවාදී මුල්බුදුසමයේ ආභාසය ලද පිරිසක් වශයෙන් අපගේ ආකල්ප මීට වඩා වෙනස් විය යුතු ය. එනම් බුදුරජාණන් වහන්සේ අප වෙතින් අපේක්ෂා කළ ඉහළ ම බුද්ධි සාපලයාවල ළඟා කර ගැනීමට උත්සාහවත් විය යුතු ය. අප සිදුකරන කටයුතු අතර ධර්ම ශ්‍රවණයටත් ධර්මයෙහි හැසිරීමටත් ප්‍රමුඛත්වය ලබා දිය යුතු ය. ඒ සඳහා මුලින් ධර්මය ශ්‍රවණය කොට බුදුදහම කුමක්දැයි නිවැරදි දැනුමක් ලබා ගෙන ශ්‍රැතමය ප්‍රඥවත්, එම දහම නිරතුරුව සිහිකිරීම් වශයෙන් වින්තාමය ප්‍රඥවත්, සමථ විදර්ශනා භාවනා වැඩිම වශයෙන් එම දහම තම ජීවිතයට ස්ථාවර කර ගනිමින් භාවනාමය ප්‍රඥව දියුණු කර ගැනීමටත් අප්‍රමාදීව ක්‍රියා කළ යුතුව ඇත.

අප ජීවිතයේ කෙතෙක් දුරට සාර්ථක වූවා ද යන්න තීරණය කෙරෙන ප්‍රධාන සාධකය නම් තම විත්ත සන්තානගත ලෝභ, ද්වේෂ, මෝහ කෙතෙක් ද දුරු වූවා ද යන කරුණයි. වෙනත් අයුරකින් සඳහන් කළහොත් තෘෂ්ණා, දෘෂ්ටි, මාන දුරුකරලීමයි. මෙකී අකුසල විතර්ක දුරු කළ පමණට අප සිත්හි පවත්නා මානසික දුක් පීඩා දුරුව මානසික සුව සහනය උදවේ. ඒ සඳහා ආරම්භයේ දී පරිත්‍යාගශීලීත්වය, මෛත්‍රිය වැඩීම, සිල්වත්ඛව යන කරුණු සපුරා හැකිතාක් අකුසලයෙන් වැළකී කුසලයට බරව ක්‍රියා කළ යුතුව ඇත. ඒ අතර විශේෂයෙන් පටිච්චසමුප්පාදය පිළිබඳව නුවණ වැඩෙන දැනුමකින් හා දර්ශනයකින් ක්‍රියා කිරීම ද වැදගත් වේ.

අප ජීවිතයේ යම්තාක් දුක් සැප වින්දේ ද, කිසියම් අද්දකීමක් ලැබුණේ ද ඒ සියල්ලට මුල් වූයේ ඇස්, කන්, නාසාදී ඉන්ද්‍රිය හය ඔස්සේ රූප, ශබ්ද, ගන්ධාදී අරමුණු ලැබීමයි. ඇස, කන ආදී ඉන්ද්‍රිය ඔස්සේ කිසියම් දූනුමක් ලැබුවා යනු රූප, වේදනා, සංකල්ප, සංඛාර, විඤ්ඤාණ යන ස්කන්ධ පංචකය සකස් වීමයි. රූපාදී මෙම ස්කන්ධ පංචකයේ ස්වභාවය නම් පෙර නොතිබී හටගෙන ඉතිරි නැති නිරුද්ධවීමයි. මේ බව නොදන්නා අවිද්‍යාව හේතුවෙන් තම අද්දකීමට කලින් එය පැවැතිය යැයි ද අද්දකීමෙන් පසු එය ඉදිරි වූවා යැයි ද යන හැඟීම හට ගනී. එනම් නිරුද්ධ වූ පංචස්කන්ධය නිත්‍ය, සුභ, සැප, ආත්ම වශයෙන් ගැනීමයි. මෙම විපල්ලාස හෙවත් වැරදි සිතිවිලි දුරු කොට පංචපාදනස්කන්ධයෙහි පවත්නා අනිත්‍ය, අසුභ, දුක්, අනාත්ම ස්වභාවය තේරුම් ගැනීමට අප දක්ෂ වුවහොත් එපමණට ලෝභ, ද්වේෂ, මෝහයන්ගෙන් අතමිඳීමට අවකාශ උදවේ.

මේ සඳහා භාග්‍යවතුන් වහන්සේ අපට නිතර අනුශාසනා කරන්නේ රූප, වේදනා, සංකල්ප, සංඛාර, විඤ්ඤාණ යන ස්කන්ධ පංචකයේ යථා ස්වභාවය තේරුම් ගැනීමටත් ඒවායේ සමුදය (හටගැනීම), වය (නැති-ක්ෂයවීම), අස්සාද (ආස්වාදය), ආදීනව (අනිටු විපාක), නිස්සරණ (ඉන් මිඳීම) නිතර මෙනෙහි කිරීමටත් ය. කායික - වාචසික සංවරය පදනම් කොටගත් ශීලයක පිහිටා, සමථ කමටහනකින් සිත සමාධිමත් කොට හැකිතාක් දුරට ස්කන්ධ පංචකයේ සමුදය වය මෙනෙහි කළ පමණට අවිද්‍යාව දුරු කොට දුකින් නිදහස්වීමට අවකාශ උදවේ.

**බුදුදහමේ ප්‍රධාන ස්තම්භ දෙක - මෛත්‍රිය සහ ප්‍රඥාව**

බුදුරජාණන් වහන්සේ වසර 45ක් පුරා දේශනා කළ සියලු දේශනා කරුණු දෙකක් නැතහොත් ස්තම්භ දෙකක් මත ඒකරාශී කළ හැක. එනම් මෛත්‍රිය හා ප්‍රඥාව වශයෙනි. අප බුදුදහම අසා එය අනුගමනය කළ පමණට එක් අතකින් අප තුළ මෛත්‍රිය දියුණු විය යුතු අතර අනෙක් අතින් ප්‍රඥාව දියුණු විය යුතු ය. මෙම අංශ දෙකින් දියුණු වූ පමණට අප තුළ පවත්නා ලෝභ, ද්වේෂ, මෝහ යන අකුසල මූල දුරුවන අතර මානසික් සතුට ක්‍රමයෙන් වර්ධනය වේ.

බුදුදහමේ දැක්වෙන පළමු ආධ්‍යාත්මික ස්තම්භය වන්නේ මෛත්‍රී වැඩීමයි. කෙලෙසුන්ගෙන් සිත මුදවා ගෙන ආධ්‍යාත්මික සතුට ඉහළට ම දියුණු කර ගැනීමට මග පෙන්වන බුදුහමින් මූලික වශයෙන් පෙන්වා දෙන්නේ මෛත්‍රිය දියුණු කරන ලෙසයි. නිතර මෛත්‍රී භාවනාව පුරුදු කිරීමේ ප්‍රතිඵල වශයෙන් අන් අය තමන්ගේ ම දරුවන් සේ දැකීමට තරම් කාරුණික සිතක් ඇති වේ. තවද මෛත්‍රිය දියුණු වන පමණට කරුණා, මුදිතා, උපෙක්ඛා යන සෙසු බ්‍රහ්ම විහාර ද සම්පූර්ණත්වයට පත් වේ. දන, සීල, භාවනා යන ත්‍රිවිධ පුණ්‍ය ක්‍රියා අතර ලෞකික කුසලය දියුණු කළ හැකි උසස් ම ක්‍රමය වශයෙන් දක්වා ඇත්තේ මෛත්‍රිය ප්‍රගුණ කිරීමයි. සතර බ්‍රහ්ම විහරණ දියුණු කළ පමණට මෙලොව ජීවිතය ම බඹ ලොවක් කර ගැනීමට අවස්ථාව උදවේ.

දෙවන ආධ්‍යාත්මික ස්තම්භය වන්නේ ප්‍රඥාව දියුණු කරලීමයි. එනම් කර්මය පිළිබඳවත් සත්ත්ව පැවැත්ම පිළිබඳවත් යථා පරිදි දන්නා නුවණයි. කලණ මිතුරන් ඇසුරු කොට සද්ධර්මය ශ්‍රවණය කොට ඇසූ දහම් නුවණින් මෙනෙහි කරමින් සීල, සමාධි, විදර්ශනා වැඩූ පමණට ප්‍රඥාව දියුණු වේ. සද්ධර්මය ශ්‍රවණය කළ පමණට කර්මය හා කර්මවිපාක පිළිබඳ අවබෝධය ලැබේ. මෙම අවබෝධයත් සමඟ හැකිතාක් දුරට පාපයන්ගෙන් සිත මුදවා ගෙන (සබ්බපාපස්ස අකාරණං), දන, සීල, භාවනා නමැති ලෞකික කුසලය වෙත යොමු වේ (කුසලස්ස උපසම්පද). තවදුරටත් ධර්ම ශ්‍රවණය කළ විට පටිච්ච සමුප්පාද පිළිබඳ අවබෝධයත් සමඟ චතුරාර්ය සත්‍යය අවබෝධ වී සීල සමාධි පඤ්ඤා නමැති ත්‍රිවිධ ශික්ෂාව ඔස්සේ සිත පිරිසිදු කර ගැනීමට නැඹුරු වේ (සචිත්තපරියොදපනං). සියලු බුදුවරුන්ගේ මූලික අනුශාසනාව මෙයයි (එනං බුද්ධානසාසනං).

**අවදායාව දුරු කිරීමේදී වැඩිය යුතු මූලික අංග දෙක**

පරමාර්ථ සත්‍යය ප්‍රත්‍යක්ෂ කොට අවදායාවෙන් සපුරා නිදහස්වීමේ මාවතෙහි වැඩිය යුතු ප්‍රධාන අංග දෙකක් බුදුදහමින් පෙන්වා දී තිබේ. එනම් සමට විදර්ශනා දෙකකි. මෙය සති - සම්පජ්ඣාදී වශයෙන් ද, සතිපට්ඨාන හා සතිපට්ඨාන භාවනා වශයෙන් ද, විත්ත භාවනා - පඤ්ඤා භාවනා වශයෙන් ද භාග්‍යවතුන් වහන්සේ අවස්ථාවෝචිතව පුද්ගලානුරූපීව දේශනා කොට තිබේ. මෙහි දී එක් පසෙකින් විසිරී පවත්නා සිත වර්තමානය තුළ කිසියම් කුසල අරමුණක අධර්මව නොවිසිරී පවත්වා ගනිමින් සිත සමාධිමත් කිරීමත් එසේ සමාධිමත් වූ සිතක් අනිත්‍ය දුක්ඛ අනාත්ම යන ත්‍රිලක්ෂණ මෙතෙහි කිරීමත් අවශ්‍ය වේ. විසිරී පවත්නා සිත වර්තමානයෙහි කුසල අරමුණක තබා ගැනීම එක් අතකින් දැකැත්තකින් ගොයම් මීටක් අල්වා ගැනීමට උපමා කොට තිබේ. අනෙක් අතින් දැ කැත්තෙන් ගොයම් මීට කැපීම විදර්ශනා නුවණට උපමා කොට තිබේ. එනම් ස්කන්ධ, ධාතු, ආයතන අනිත්‍යාදී වශයෙන් නුවණින් මෙතෙහි කිරීමයි. මෙහිලා රූප, වේදනා, සඤ්ඤා, සංඛාර, විඤ්ඤාණ යන ස්කන්ධ පංචකය මැනැවින් තේරුම් ගැනීමත් එයින් සපුරා නිදහස් වීමත් අවශ්‍ය වේ.

දුකින් නිදහස්වීමේ මාවත පැහැදිලිව, නිවැරදිව හා ස්ථාවරව දේශනා කෙරෙන පංච උපාදානස්කන්ධය පිළිබඳ විස්තරයට බුදුදහමෙහි ප්‍රධාන තැනක් හිමි වේ. බුදුරදුන්ගේ සෑම අනුශාසනයක් ම පංචපාදානස්කන්ධය අවබෝධ කර ගැනීමටත් එයින් නිදහස්වීමටත් මග පෙන්වයි. ත්‍රිපිටකය පුරා පංචපාදානස්කන්ධය තේමාකොට දේශිත අනුශාසනා රාශියක් ඇතුළත් වේ. ඒ අතර සංයුත්ත නිකායෙහි ධන්ධ සංයුත්තය නමින් වෙනම කොටසක් මේ සඳහා වෙන් කර ඇත. විශේෂයෙන් භාග්‍යවතුන් වහන්සේ දේශනා කරන පළමු දේශනාවේ දී ම පස්වග මහණුන්ට සෝවාන්වීමට මග විවර කර දෙමින් මේ පිළිබඳව සඳහන් කර තිබේ. ඒ අනුව ජාති, ජරා, ව්‍යාධි ආදී දුක් පිළිබඳව විස්තර කොට ඒ සියල්ල 'සංඛිත්තේන පංචපාදානස්කන්ධා දුක්ඛා' යනුවෙන් සංක්ෂිප්ත කොට ඇත. බුදුරදුන් විසින් දේශිත දෙවන දේශනය වන අනන්ත ලක්ඛණ සූත්‍රයෙහි ද පංචපාදානස්කන්ධය පිළිබඳ තවදුරටත් දේශනා කරමින් පස්වග මහණුන්ට නිවන් මග එළි පෙහෙළි කර දුන්හ. ජීවිතය පුරා අප අත්විඳින දුක මැනැවින් තේරුම් ගැනීමට නම් පංචපාදානස්කන්ධය පිළිබඳ පැහැදිලි අවබෝධයක් ලබා ගැනීම අවශ්‍ය කෙරේ. මහා පහන් ටැඹක් මෙන් පංචපාදානස්කන්ධය පිළිබඳ අවබෝධය නිවන් මග එළි පෙහෙළි කර දෙයි. අභිඤ්ඤා සූත්‍රයෙහි දැක්වෙන පරිදි කිසියම් බුද්ධිමත් තැනැත්තකුට තම විශිෂ්ට ඥානයෙන් යමක් අවබෝධ කළ යුතු නම් ඒ අතර ඉහළ ම දෙය වන්නේ පඤ්චපාදානස්කන්ධයයි. බෞද්ධ අධ්‍යාපනයේ උසස් ම තත්ත්වය මෙමගින් පෙන්නුම් කෙරේ. සත්තට්ඨාන සූත්‍රයෙන් පැහැදිලි කෙරෙන්නේ ජීවිතාවබෝධයෙන් කෙලෙස් දුරුවන පරිදි පඤ්චපාදානස්කන්ධය නුවණින් පරීක්ෂා කළ යුතු ආකාරයයි.

සත්තට්ඨාන සූත්‍රයෙහි දැක්වෙන පරිදි රූපාදි ස්කන්ධ පංචකය ආකාර හතකින් මෙතෙහි කළ යුතු ආකාරය දක්වා තිබේ. එනම්,

1. රූපය දැන ගනියි (රූපං පජානාති).
  2. රූපයේ හටගැනීම දනියි (රූපසමුදයං පජානාති).
  3. රූපයේ නිරුද්ධවීම/ නැතිවීම දනියි (රූපනිරෝධං පජානාති).
  4. රූපය නිරුද්ධ කරන මාවත දනියි (රූපනිරෝධගාමිනී පටිපදං පජානාති).
  5. රූපයේ ආස්වාදය දිනියි (රූපස්ස අස්සාදං පජානාති).
  6. රූපයේ ආදීනව දනියි (රූපස්ස ආදීනවං පජානාති).
  7. රූපයේ නිස්සරණය/ මිදීම දනියි (රූපස්ස නිස්සරණං පජානාති).
1. රූපය හෙවත් රූපස්කන්ධය යනු සතර මහා භූත රූප හා ඒ ඇසුරු කොට පවතින උපාදය රූප 24යි (ප්‍රසාද රූප 5 = වක්ඛු, සෝත, සාණ, ජීවහා, කාය), ගෝචර රූප 4 = රූප, ශබ්ද, ගන්ධ, රස), (භාවරූප 2 = ඉත්ථිභාව, පුරිසභාව), හදයවත්පු රූප, ජීවිතෙන්ද්‍රියරූප, ආහාර රූප, පරිච්ඡේද රූප,

(විඤ්ඤාන්ති රූප 2 = කායවිඤ්ඤාන්ති, වච්චිඤ්ඤාන්ති), (විකාරරූප 3 = ලහුතා, මුදුතා, කම්මඤ්ඤාතා), (ලක්ෂණ රූප 4 = උපවය, සන්තති, ජරතා, අනිච්චතා)).

මෙලෙස කොටස් 24කින් සමන්විත රූපය සකස් වීමට හේතුව වන්නේ ආහාරයයි. ආහාර නැතිවීමෙන් රූපය නිරුද්ධ වේ. රූපය නිරෝධ කරන මාවත නම් සම්මාදිට්ඨි ආදි අංග අටකින් යුත් ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගයයි. මීට අමතරව රූපයට අදාළ තවත් කරුණු තුනක් දැන යුතු වේ. එනම් රූපයේ ආස්වාදය - රූපය නිසා හටගන්නා සැප සහගත මානසික ස්වභාවය. එම රූපය වෙනස්වීමට භාජනය වීමෙන් හටගන්නා වූ දුක නම් වූ ආදීනවය ද තේරුම් ගත යුතු ය. එම රූපයෙහි ඡන්දරාගය දුරුකිරීම් වශයෙන් ඇතිවන මිදීම නම් වූ නිස්සරණය ද වටහා ගත යුතු ය. මෙලෙස රූපයට අදාළ කරුණු 7 පිළිබඳ ස්ථාන හතක සිහිය පිහිටුවා ගැනීම සත්තට්ඨාන නමින් හැඳින්වේ.

මේ අයුරින් වේදනා, සඤ්ඤා, සංඛාර, විඤ්ඤාණ යන සෙසු ස්ථාන හතර කෙරෙහි ද සිහිය පිහිටුවා ගනිමින් නුවණින් මෙනෙහි කළ පමණට ස්කන්ධ පංචකය පිළිබඳ අවබෝධය සැලසී වඩ වඩාත් ජීවිතාවබෝධය ලැබීමෙන් අවිද්‍යාව දුරුකොට දුක අවසන් කිරීමට අවකාශ සැලසේ.

2. වේදනා යනු ඇස, කන, නාසය, දිව, කය, මනස යන ඉන්ද්‍රිය හය රූප, ශබ්ද, ගන්ධ, රස, ස්පර්ශ, ධර්ම හා සම්බන්ධවීමෙන් හටගන්නා සැප, දුක්, උපේක්ෂා ආදි වේදනාවන් ය. එනම් වක්ඛුසම්ඵස්සජා වේදනා, සෝතසම්ඵස්සජා වේදනා, ඝාතසම්ඵස්සජා වේදනා, ජීවිතාසම්ඵස්සජා වේදනා, කායසම්ඵස්සජා වේදනා, මනෝසම්ඵස්සජා වේදනා වශයෙනි.

3. සඤ්ඤා යනු ඇස, කන ආදි ඉන්ද්‍රිය මගින් රූප, ශබ්දදී අරමුණු ගැනීමේ දී හටගන්නා ඒ පිළිබඳ හඳුනා ගැනීමයි. ඒනම් රූප සඤ්ඤා, සද්ද සඤ්ඤා, ගන්ධ සඤ්ඤා, රස සඤ්ඤා, ඓවාට්ඨබ්බ සඤ්ඤා, ධම්ම සඤ්ඤා වශයෙනි.

4. සංඛාර යනු සිතිවිලියි. ඇස, කන ආදි ඉන්ද්‍රිය ඔස්සේ රූප, ශබ්දදිය අරභයා හටගන්නා සිතිවිලි මීට අයත් වේ. එනම් රූප සඤ්චේතනා, සද්ද සඤ්චේතනා, ගන්ධ සඤ්චේතනා, රස සඤ්චේතනා, ඓවාට්ඨබ්බ සඤ්චේතනා, ධම්ම සඤ්චේතනා වශයෙනි.

5. විඤ්ඤාණ යනු ඇස, කන ආදි ඉන්ද්‍රිය ඔස්සේ රූප, ශබ්දදිය දැන ගන්නා ස්වභාවයයි. මෙය ද කොටස් හයකට බෙදේ. ඒනම් වක්ඛු විඤ්ඤාණ, සෝත විඤ්ඤාණ, ඝාත විඤ්ඤාණ, ජීවිතා විඤ්ඤාණ, කාය විඤ්ඤාණ, මනෝ විඤ්ඤාණ වශයෙනි.

රූපාදි මෙම ස්කන්ධ පංචකයේ ස්වභාවය නම් අවිද්‍යා, කර්ම, තෘෂ්ණා, ආහාර ආදි හේතු ඇති කල්හි හැම මොහොතක ම හටගෙන ඉතිරි නැතිව නිරුද්ධ වීමයි. තව ද මේ පහ ම එකට හටගෙන එකට ම නිරුද්ධ වීම මෙහි පවත්නා ලක්ෂණයයි. මෙය මැනැවින් ප්‍රත්‍යක්ෂ කළහොත් ජරා, මරණාදි සියලු දුක්වලින් සපුරා නිදහස්වීමට අවකාශ සැලසේ.

**ත්‍රිවිධ උපපරික්ෂා**

ඉහත දැක්වූ පරිදි රූපාදි ස්කන්ධ පංචකය හත් ආකාරකින් නුවණින් මෙනෙහි කරන අතර තවත් ස්ථාන තුනක් පිළිබඳව අවධානය යොමු කිරීමට සත්තට්ඨාන සූත්‍රය අපට කියා දෙයි. එනම් ධාතු වශයෙන් ආයතන වශයෙන් හා පටිච්චසමුප්පාද වශයෙන් පරික්ෂා කර බැලීමටයි.

*ඉධ භික්ඛවෙ, භික්ඛු ධාතුසො උපපරික්ඛති. ආයතනසො උපපරික්ඛති. පටිච්චසමුප්පාදසො උපපරික්ඛති. එවං බො භික්ඛවෙ, භික්ඛු තිව්ද්ධපපරික්ඛි හොති.*

මේ සසුනෙහි භික්ෂුව ධාතු වශයෙන්, ආයතන වශයෙන්, පටිච්චසමුප්පාද වශයෙන් විමසා බලයි. මහණෙනි, මෙලෙස භික්ෂුව ත්‍රිවිධ උපපරික්ෂාව ඇත්තේ වෙයි. දුකින් නිදහස්වීම සඳහා බුදුරදුන් වදාළ නොවරදින මාවත මෙයයි. අප විසින් ජීවිතයේ ප්‍රමුඛත්වය ලබා දිය යුත්තේ මේ සඳහායි.

බුදුදහමේ මූලික ඉගැන්වීම්

❖ සියලු සම්බුදු උතුමන්ගේ අනුශාසනය

සබ්බපාපස්ස අකරණං කුසලස්ස උපසම්පදා,  
සචිත්තපරියො දපනං එතං බුද්ධානසාසනං.

❖ ධර්ම මාර්ගය ආර්භයේදීම උපදවා ගත යුතු ගුණාංග :-

- 1. මෛත්‍රී සහගතඛව
- 2. නුවණැතිඛව
- 3. කපටි නැතිඛව
- 4. මායාකාරී නොවන ඛව
- 5. සෘජුඛව

(එතු විඤ්ඤා පුරිසො අසධො අමායාචී උජ්ජ ජාතිකො අහමනුසාසාමී. අහං ධම්මං දෙසෙමී. (මෙත්ත සූත්‍රයේ ද මේවා ඇතුළත් ඛව)

- 1. දූඪ ලෝභය හා දෙමනස දුරු කිරීම (විනෙය්‍ය ලෝකේ අභිඤ්ඤා දෝමනස්සං)

❖ තෙරුවන : බුද්ධ, ධම්ම, සංඝ

❖ ප්‍රඥව දියුණු කිරීමට ඉවහල් වන කරුණු හතර :

- 1. කල්‍යාණ මිත්‍ර ඇසුර
- 2. සද්ධර්මශ්‍රවණය
- 3. යෝනිසෝ මනසිකාරය
- 4. ප්‍රතිපදව (ශීල, සමාධි, ප්‍රඥ යන ත්‍රිශික්ෂාව)

❖ පෞරුෂීය ගුණාංග හා ප්‍රඥව වර්ධනය කරලීම පදනම් කරගත් බෞද්ධයාගේ තේමා ගීතය

(කරණීය) මෙත්ත සූත්‍රය

❖ සම්මා දිට්ඨිය කොටස් දෙකයි :- (1. කම්මස්සකතා සම්මා දිට්ඨිය, 2. ආර්ය සම්මා දිට්ඨිය)

- ❖ මාර්ග දෙක : 1. ස්වර්ග මාර්ගය - කම්මස්සකතා නුවණ (දන, සීල, භාවනා),  
2. මෝක්ෂ මාර්ගය - පටිච්චසමුප්පාද නුවණ (සීල, සමාධි, පඤ්ඤා)

❖ පටිච්ච සමුප්පාදය :

- ‘යො ඛො වක්කලී ධම්මං පස්සති සො මං පස්සති, යො මං පස්සති සො ධම්මං පස්සති, ධම්මං හි වක්කලී, පස්සන්තො මං පස්ස ති. මං පස්සන්තො ධම්මං පස්සති. ... ’  
වක්කලී සුත්ත, සං.නි. III, බු.ජ.ත්‍රි. 208 පිට

‘චුත්තං ඛො පනෙතං හගචතා:

යො පටිච්චසමුප්පාදං පස්සති, සො ධම්මං පස්සති.

යො ධම්මං පස්සති සො පටිච්චසමුප්පාදං පස්සති.

- අස්මීං සති ඉදං හොති, අස්මීං අසති ඉදං න හොති
- ඉමස්ස උප්පාද ඉදං උප්පජ්ජති, ඉමස්ස නිරොධා ඉදං නිරුප්පකති.
- යං කිඤ්චි සමුපදයධම්මං සබ්බං තං නිරොධධම්මං..
- යෙ ධම්මා හෙතුප්පභවා තෙසං හෙතුං තථාගතො ආහ, තෙසං ච යො නිරොධො එවංවාදී මහාසමණො.

❖ චතුරාර්ය සත්‍යය (දුක්ඛ - සමුදය - නිරෝධ - මාර්ග)

අභිඤ්ඤා සූත්‍රයේ සාරාංශය :-

- 1. තම විශිෂ්ට ඥානයෙන් අවබෝධ කළ යුත්ත - පඤ්චුපාදනස්කන්ධය



- 2. තම විශිෂ්ට ඥානයෙන් ප්‍රහීණ කළ යුතු ප්‍රධාන කරුණු - අවිද්‍යාව හා භවතණ්හා
- 3. තම විශිෂ්ට ඥානයෙන් වැඩිය යුතු ප්‍රධාන කරුණු - සමථ හා විදර්ශනා
- 4. තම විශිෂ්ට ඥානයෙන් සාක්ෂාත් කළ යුතු කරුණු - විද්‍යා විමුක්තිය

❖ පිරිසිදුබව, සෝක පරිද්දව දුරැලීම, දුක්දෙමින්ස් දුරැලීම, ඤාණය ලැබීම, නිවන සාක්ෂාත් කර ගැනීම සඳහා වූ ඒකායන මාවත - සතර සතිපට්ඨානය

- 1. කායානුපස්සනා (කායො කායානුපස්සී විහරති ආනාපී සම්පජානො සතිමා.....)
- 2. වේදනානුපස්සනා (වේදනාසු වේදනානුපස්සී විහරති ආනාපී සම්පජානො සතිමා.....)
- 3. චිත්තානුපස්සනා (චිත්තේ චිත්තානුපස්සී විහරති ආනාපී සම්පජානො සතිමා.....)
- 4. ධම්මානුපස්සනා (ධම්මේසු ධම්මානුපස්සී විහරති ආනාපී සම්පජානො සතිමා.....)

❖ ඉන්ද්‍රිය ධර්ම (සද්ධා, චිරිය, සති, සමාධි, පඤ්ඤා)

❖ විමුක්තායතන

- 1. ධර්ම ශ්‍රවණය (ධම්මසවණ)
- 2. ධර්ම දේශනය (ධම්මදේසනා)
- 3. ධර්ම සජ්ඣායනය (ධම්මසජ්ඣායන)
- 4. ඇසු ධර්මය නුවණින් ධර්ම මෙතෙහි කිරීම (ධම්මසම්මස්සන)
- 5. භාවනාව (භාවනා) (විමුක්තායතන සුත්ත, අං.නි. 3, 32-36 පිටු)

❖ අවිද්‍යා සූත්‍රයේ අංග 10

- 1. කල්‍යාණ මිත්‍ර ආශ්‍රය
- 2. සද්ධර්මශ්‍රවණය
- 3. ශ්‍රද්ධාව
- 4. යෝනිසෝ මනසිකාරය
- 5. සතිසම්පජඤ්ඤා (සිහිය හා නුවණ)
- 6. ඉන්ද්‍රිය සංවරය
- 7. ත්‍රිවිධ සුවර්තය
- 8. සතර සතිපට්ඨානය (කාය, වේදනා, චිත්ත, ධම්ම යන සිව් තැන්හි සිහිය පිහිටුවා ගැනීම)
- 9. සත්ත බොජ්ඣංග (සති, ධම්මවිචය, චිරිය, පීති, පස්සද්ධි, සමාධි, උපෙක්ඛා)
- 10. විද්‍යාවිමුක්තිය

❖ චුල්ලභජීපදෝපම සූත්‍රයේ සාරාංශය:-

- 1. ක්ෂත්‍රිය, බ්‍රාහ්මණ, ගහපති, ශ්‍රමණ අය බුදුරදුන් වෙත පැමිණ වාද දුරැලා ශ්‍රාවකත්වයට පත්වීම
- 2. ඒ සතර පිරිස ගිහිගෙයින් නික්ම පැවිදිව දුකින් නිදහස්වීම
- 3. ජාණුස්සෝණි බ්‍රාහ්මණයා බුදුරදුන්ට 'නමො තස්ස භගවතො අරහං සම්මා සම්බුද්ධස්ස' වන්දනා කිරීම
- 4. ඇතුන් වර්ග : වාමනිකා, උච්චා කාළාරිකා, උච්චා කණේරුකා, මහානාගා
- 5. බුදුරදුන් වෙතින් ධර්මය ශ්‍රවණය කිරීම - ශ්‍රද්ධා ප්‍රතිලාභය - ගිහිගෙයින් නික්ම පැවිදිවීම - සිල්වත්වීම - පක්ෂියකු මෙන් සැහැල්ලුවෙන් හැසිරීම - ඉන්ද්‍රිය සංවරය - සතිසම්පජඤ්ඤා - පළඟක් බැඳ සිත සමාධිමත් කිරීම - පංච නිවරණ දුරැලීම - ප්‍රථම ධ්‍යානය - ද්විතීය

ධ්‍යානය - තෘතීය ධ්‍යානය - චතුර්ථ ධ්‍යානය - ප්‍රබ්‍රේනිවාසානුස්සති ඥාණය - චූතුපපාත ඥාණය - ආසවක්ඛය ඥාණය - චතුරාර්ය සත්‍යාවබෝධය - විද්‍යාවිමුක්ති සාක්ෂාත්කරණය.

❖ පෘථග්ජන භූමියේ සිට සෑම ආධ්‍යාත්මික ස්තරයක ම සිටින්නවුන් විසින් වැඩිය යුතු ප්‍රධානතම තථාගත ඉගැන්වීම.

රූප, වේදනා, සඤ්ඤා, සංඛාර, විඤ්ඤාණ

යන ස්කන්ධ පංචකය සමුදය, වය, අස්සාද, ආදීනව, නිස්සරණ වශයෙන් මෙතෙහි කිරීම

❖ සමසතලිස් කමටහන් :-

1. දස කසිණ (පඨවි, ආපෝ, තේජෝ, වායෝ, නීල, පීත, ලෝහිත, ඕදන, ආලෝක, ආකාස)
2. දස අනුස්සති (බුද්ධ, ධම්ම, සංඝ, සීල, වාග, දේව, උපසම, කායගතා, මරණ, ආනාපානසති)
3. දස අසුභ (උද්ධුමාතක, විනීලක, විප්‍රබ්බක, විච්ඡේදක, වික්ඛිත්තක, වික්ඛායිතක, හතවික්ඛිත්තක, ලෝහිතක, පුලවක, අවධක)
4. සතර බ්‍රහ්ම විහරණ (මෙත්තා, කරුණා, මුදිතා, උපෙක්ඛා)
5. සතර ආරුප්පණ (ආකාසානඤ්චායතන, විඤ්ඤාණඤ්චායතන, අකිඤ්චඤ්ඤායතන, නේවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතන)
6. ආභාරේ පටික්කුල සඤ්ඤා
7. ධාතු මනසිකාර (පඨවි, ආපෝ, තේජෝ, වායෝ)

❖ ප්‍රධාන භාවනාවකට පිවිසීමට ප්‍රථම වැඩිය යුතු සතර ආරක්ෂක භාවනා කමටහන් - සතර කමටහන් (බුද්ධානුස්සති, මෙත්තා, අසුභ, මරණසති)

❖ අවසන් බුද්ධාවවාදය :

'හන්ද'දනි භික්ඛවෙ ආමන්තයාමි වො වය ධම්මා සංඛාරා අප්පමාදෙන භික්ඛවෙ සම්පාදෙථ ...'

❖ සනාතන රැකවරණය - තමසිත සහ ධර්මය පිළිසරණ කර ගැනීම

අත්තදීපා භික්ඛවෙ විහරථ අත්තසරණා න අඤ්ඤාසරණා.  
ධම්මදීපා භික්ඛවෙ විහරථ ධම්මසරණා න අඤ්ඤාසරණා.

❖ අවිද්‍යාවෙන් සිත පිරිසිදු කිරීම සඳහා මෙතෙහි කළ යුතු ආකාරය :-

සබ්බේ සංඛාරා අනිච්චාති යද පඤ්ඤාය පස්සති අථ නිබ්බින්නදති දුක්ඛේ එස මග්ගො විසුද්ධියා  
සබ්බේ සංඛාරා දුක්ඛාති යද පඤ්ඤාය පස්සති අථ නිබ්බින්නදති දුක්ඛේ එස මග්ගො විසුද්ධියා  
සබ්බේ ධම්මා අනන්තාති යද පඤ්ඤාය පස්සති අථ නිබ්බින්නදති දුක්ඛේ එස මග්ගො විසුද්ධියා

තෙරුවන් සරණයි!

බු.ව. 2563 (ව්‍ය.ව. 2019.06.15) පොසොන් පොහෝද

**පොසොන් සීල සමාදානය**

සම්බුද්ධාලෝක බෞද්ධ විහාරය, මොරිතෝ වැලි, රිච්සයිඩ්, එක්සත් ජනපදය